

10 a 12 Semanas de Embarazo



Refiere a las paginas 13-18 en su guía de [Pregnancy and Childbirth](#) para mas información

Su Bebé

Tamaño: Como 6 pulgadas

Peso: ¼ de libra

Hechos interesantes: Crecimiento rapido continúa. Su bebé puede tragar flujo amniótico. Los latidos del corazón se pueden escuchar de 120 a 160 latidos por minuto. Las orejas, brazos, manos, dedos, piernas, pies y dedos de los pies de su bebé serán completamente formadas al final de las 16 semanas. Musculos y huesos están desarrollando rapidamente.

Su Cuerpo

La placenta está completamente formada y puede hacer suficiente hormonas por su cuenta para mantener el embarazo saludable. Sus nauseas pueden que no sean tan mal ahora. Las hormonas del embarazo tienden a hacer que su cuerpo funcione mas lento, y el estreñimiento puede ser un problema. Usted puede que se sienta insegura de su embarazo a veces. Estas emociones son normales y usted puede hablar de esto con un miembro de su familia o con su enfermera-partera.

Su Visita

Hoy usted recibirá un examen fisico completo que incluirá un examen de pechos(senos), papanicolao, examen de la pelvis, y obtener cultura de gonorrhea y chlamydia (enfermedades transmitida sexualmente). Vamos a intentar de escuchar los latidos del corazón del bebé con un Doppler.



Sus Responsabilidades

Sus responsabilidades son de mantener sus citas prenatales, también es muy importante comenzar una rutina de ejercicios ya que estos le ayudarán a mantener sus energías como también a mantenerse su forma. Asegurase de que coma una saludable nutrición de alimentos y tome mucha agua. Hable con su familia y enfermera-partera acerca de sus emociones en referencias a su embarazo.